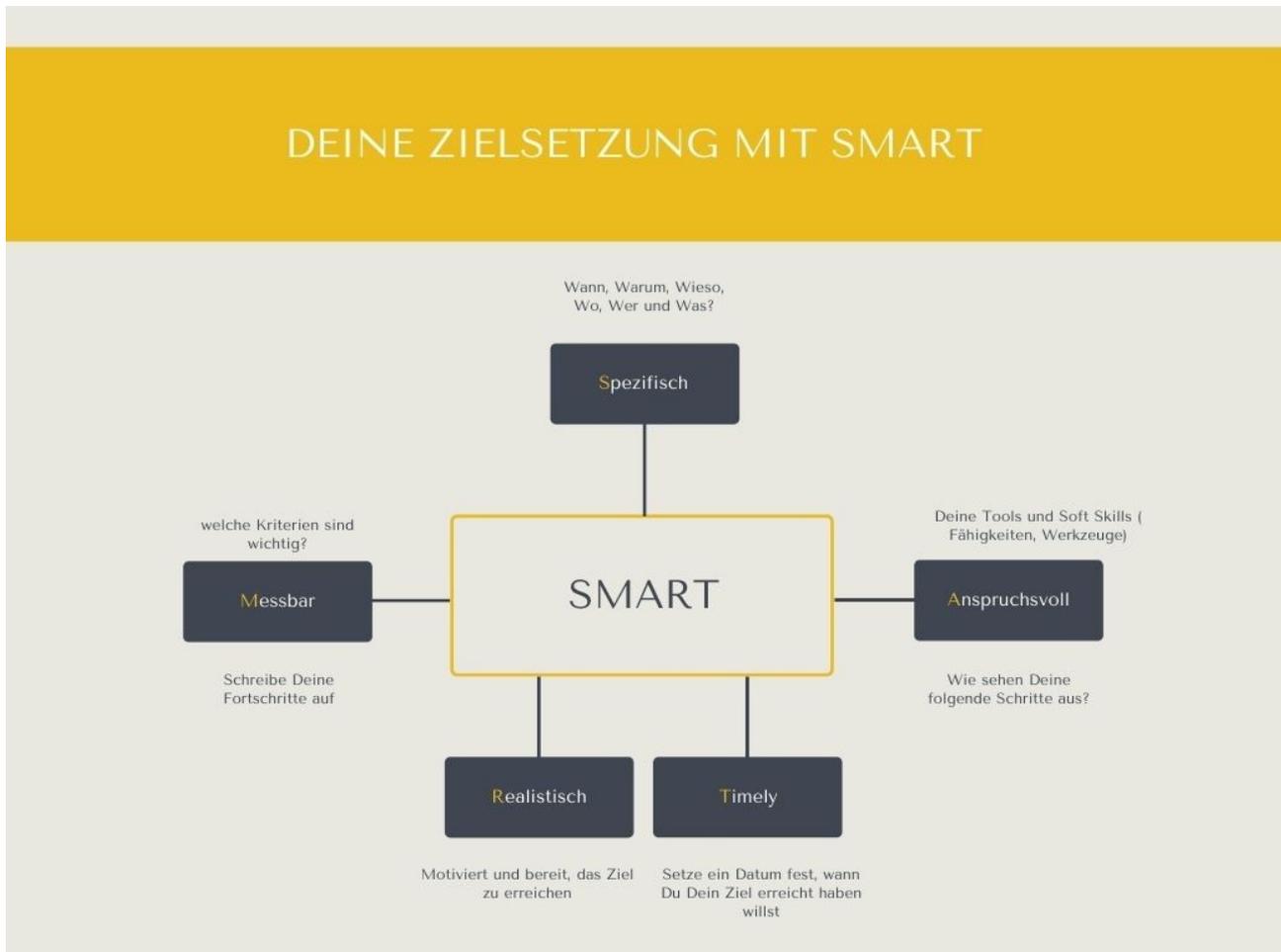


Ziele mit dem SMART Modell

Ziele setzen, die Du messen kannst, bedeutet auch das Risiko einzugehen zu scheitern. Besser scheitern als gar nicht anfangen.



Welche Ziele hast Du im Leben erreicht?

Welche davon haben Dein Leben nachhaltig beeinflusst?

An welche Erfolge denkst Du in schwierigen Situationen im Leben?

Was willst Du in diesem Jahr erreichen?

Spezifisch, bitte detailliert beschreiben Wie willst Du sie erreichen, was tust Du jeden Tag dafür?

Wie motivierst Du Dich?

Welche Kraft ziehst Du aus Deiner Vergangenheit?

Wie kannst Du sie in der Gegenwart nutzen? (Falls nichts aus der Vergangenheit zu holen ist, ist das nicht schlimm)

Ich wünsche Dir viel Freude beim Ziele herausfinden!

Deine Heike